

Prüß, Franz; Hamf, Janina; Kortas, Susanne; Schöpa, Matthias

## Forschungsergebnisse zur gesundheitsfördernden Ganztagsschule (2)

Appel, Stefan [Hrsg.]; Ludwig, Harald [Hrsg.]; Rother, Ulrich [Hrsg.]: *Vielseitig fördern. Schwalbach, Taunus : Wochenschau-Verl. 2009, S. 34-47. - (Jahrbuch Ganztagsschule; 2010)*



### Quellenangabe/ Reference:

Prüß, Franz; Hamf, Janina; Kortas, Susanne; Schöpa, Matthias: Forschungsergebnisse zur gesundheitsfördernden Ganztagsschule (2) - In: Appel, Stefan [Hrsg.]; Ludwig, Harald [Hrsg.]; Rother, Ulrich [Hrsg.]: *Vielseitig fördern. Schwalbach, Taunus : Wochenschau-Verl. 2009, S. 34-47* - URN: urn:nbn:de:01111-opus-80297 - DOI: 10.25656/01:8029

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:01111-opus-80297>

<https://doi.org/10.25656/01:8029>

in Kooperation mit / in cooperation with:



<http://www.wochenschau-verlag.de>

### Nutzungsbedingungen

Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Nutzung stellt keine Übertragung des Eigentumsrechts an diesem Dokument dar und gilt vorbehaltlich der folgenden Einschränkungen: Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen. Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

### Terms of use

We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. Use of this document does not include any transfer of property rights and it is conditional to the following limitations: All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

### Kontakt / Contact:

peDOCS  
DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation  
Informationszentrum (IZ) Bildung  
E-Mail: [pedocs@dipf.de](mailto:pedocs@dipf.de)  
Internet: [www.pedocs.de](http://www.pedocs.de)

Stefan Appel, Harald Ludwig,  
Ulrich Rother (Hrsg.)

# Jahrbuch Ganztagsschule 2010

## Vielseitig fördern

Mit Beiträgen von

Ralf Augsburg, Anne Breuer, Thomas  
Coelen, Ulrich Deinet, Christian Fischer,  
Lars Gillessen, Janina Hamf, Sabine  
Heinbockel, Walter Herzog, Heide  
Hollmer, Heinz Günter Holtappels,  
Maria Icking, Susan Kagelmacher,  
Susanne Kortas, Harald Ludwig, Petra  
Neumann, Ulrike Popp, Franz Prüß,  
Kerstin Rabenstein, Rolf Richter,  
Elisabeth Schlemmer, Matthias Schöpa,  
Marianne Schüpbach, Anna Schütz,  
Uwe Schulz, Esther Serwe, Anna Lena  
Wagener, Peer Zickgraf



**WOCHENSCHAU VERLAG**

---

### **Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

**[www.wochenschau-verlag.de](http://www.wochenschau-verlag.de)**

© by WOCHENSCHAU Verlag,  
Schwalbach/Ts. 2009

*Das Jahrbuch Ganztagschule wurde 2003 gegründet von Stefan Appel, Harald Ludwig, Ulrich Rother und Georg Rutz im Wochenschau Verlag.*

Die Rubrik „Rezensionen“ wird betreut von Anna Schütz und Anne Breuer. Rezensionangebote bitte an folgende Anschrift: Technische Universität Berlin, Institut für Erziehungswissenschaft, Franklinstr. 28/29, Sekr. FR 4-3, 10587 Berlin.

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet werden.

Titelabbildung mit freundlicher Genehmigung der Firma Wehrfritz.

Titelbilder: links: Dragan Trifunovic – Fotolia.com; Mitte: Noam – Fotolia.com; rechts: Jean-Michel POUGET – Fotolia.com

Gedruckt auf chlorfreiem Papier  
Gesamtherstellung: Wochenschau Verlag  
ISBN 978-3-89974511-5

# Inhalt

Vorwort der Herausgeber .....	7
-------------------------------	---

## **Leitthema: Vielseitig fördern**

Christian Fischer, Harald Ludwig	
Vielseitige Förderung als Aufgabe der Ganztagschule .....	11
Kerstin Rabenstein	
Individuelle Förderung in unterrichtsergänzenden Angeboten an Ganztagschulen: ein Fallvergleich .....	23
Franz Prüß, Janina Hamf, Susanne Kortas, Matthias Schöpa	
Forschungsergebnisse zur gesundheitsfördernden Ganztagschule (2) .....	34
Elisabeth Schlemmer	
Förderung von Ausbildungsfähigkeit und Berufsorientierung an Ganztagschulen .....	48
Heinz Günter Holtappels, Esther Serwe	
Bewegung und Sport – ein Förderbereich in Ganztagschulen?.....	67
Ulrike Popp	
Vielfältig fördern und fordern durch soziales Lernen .....	79

## **Praxis**

Lars Gillessen	
Medienerziehung – Wege zu mehr Schülerkompetenz .....	91
Sabine Heinbockel	
Von Problemzirkeln und Lösungsräumen. Schulberatung zwischen Feldkompetenz und systemfremder Intervention .....	101

## **Pädagogische Grundlagen**

Petra Neumann	
Neurowissenschaftliche Grundlagen erfolgreichen Lernens und damit verbundene Folgerungen für die Ganztagschule .....	115

## **Wissenschaft und Forschung**

Thomas Coelen, Anna Lena Wagener

Partizipation an ganztägigen Grundschulen. Forschungsstand und erste Eindrücke aus einer empirischen Erhebung ..... 129

Heinz Günter Holtappels

Entwicklung von Ganztagsschulen: Quantitativer Ausbau und konzeptioneller Nachholbedarf – Ausgewählte Längsschnittergebnisse aus der StEG-Untersuchung ..... 139

Ulrich Deinet, Maria Icking

Vielfältige Bildungsräume durch die Kooperation von Jugendarbeit und Schule – Ergebnisse einer Untersuchung in NRW ..... 152

## **Berichte aus den Bundesländern**

Susan Kagelmacher, Heide Hollmer

Die Ganztagsschulentwicklung in Schleswig-Holstein ..... 167

## **Ganztagsschule in der Schweiz**

Walter Herzog

Klassisch oder modular? Die Ganztagsschule zwischen pädagogischer Idee und politischer Realität ..... 181

## **Nachrichten**

Peer Zickgraf, Ralf Augsburg

Ganztagsschulen als Meilensteine auf dem Weg in die Bildungsrepublik. Der Ganztagsschulkongress des BMBF 2008 in Berlin ..... 191

Rolf Richter

Qualität an Ganztagsschulen. Ganztagsschulkongress der GGT 2008 in Hannover ..... 202

Marianne Schüpbach

Tagung „Pädagogische Ansprüche an Tagesschulen“, Bern 2008 ..... 216

Uwe Schulz

Das Verbundprojekt „Lernen für den GanzTag“ – Entwicklung von Qualifikationsprofilen und Fortbildungsbausteinen für pädagogisches Personal an Ganztagsschulen ..... 221

## Rezensionen

- Anne Breuer, Anna Schütz  
 Helle Becker (Hrsg.): Politik und Partizipation in der Ganztagschule.  
 Wochenschau Verlag, Schwalbach/Ts. 2008..... 226
- Harald Ludwig  
 Dieter Wunder (Hrsg.): Ein neuer Beruf? – Lehrerinnen und Lehrer  
 an Ganztagschulen. Wochenschau Verlag, Schwalbach/Ts. 2008 ..... 227

## Neuerscheinungen

- Thomas Colen, Hans-Uwe Otto (Hrsg.): Grundbegriffe der  
 Ganztagsbildung. VS Verlag, Wiesbaden 2008 ..... 232
- Franz Prüß, Susanne Kortas, Matthias Schöpa (Hrsg.):  
 Die Ganztagschule: von der Theorie zur Praxis. Anforderungen und  
 Perspektiven für Erziehungswissenschaft und Schulentwicklung.  
 Juventa Verlag, Weinheim und München 2009 ..... 232
- Rimma Kanevski: Ganztagsbeschulung und soziale  
 Beziehungen Jugendlicher. Eine netzwerkanalytische Studie.  
 Dr. Kovac Verlag, Hamburg 2008 ..... 233

## Anhang

- GGT-Adressen (Landesverbände, Bundesverband) ..... 234
- GGT-Beitrittsformular ..... 238
- Autorinnen und Autoren ..... 240
- Gesamtinhaltsverzeichnis aller bisher erschienenen Jahrbücher ..... 250

Franz Prüß, Janina Hamf, Susanne Kortas, Matthias Schöpa

## Forschungsergebnisse zur gesundheitsfördernden Ganztagsschule (2)<sup>1</sup>

Veränderte Lebensbedingungen haben dazu geführt, dass nicht mehr nur die Gesundheit der Erwachsenen, sondern auch die *Gesundheit der Kinder und Jugendlichen* Eingang in wissenschaftliche Diskussionen gefunden hat. Viele Kinder und Jugendlichen leiden bereits unter Gesundheitsbeeinträchtigungen (z.B. unter chronisch-körperlichen Erkrankungen, Suchtkrankheiten, psychosomatischen, psychischen und sozialen Störungen), die sich negativ auf ihre Lebensqualität auswirken (vgl. Paulus 1995; Hurrelmann 2000; Ravens-Sieberer et al. 2003). Darüber hinaus können jugendtypische Verhaltensweisen (z.B. Zigaretten- und Alkoholkonsum) festgestellt werden, die unmittelbar mit der Gesundheit in Beziehung stehen (vgl. Pinquart/Silbereisen 2002; Zubrägel/Settertobulte 2003; Langness et al. 2006; Sygusch 2006).

Bereits veröffentlichte Ergebnisse der HBSC-Studie<sup>2</sup> (vgl. z.B. Hurrelmann et al. 2003; Currie et al. 2004; Richter et al. 2008) und der KIGGS-Studie<sup>3</sup> (vgl. z.B. Kurth 2007) verweisen auf die Notwendigkeit der Gesundheitsförderung bereits im Kindes- und Jugendalter. Die nachfolgenden Ergebnisse zeigen, dass die *Gesundheit* der Kinder und Jugendlichen auch *Gegenstand der Ganztagsschule* sein muss und *welche Bereiche* der Ganztagsschule besonderer Berücksichtigung bedürfen. Dafür wird auf Daten zurückgegriffen, die im Längsschnitt (bisher 2005 und 2007) in den Klassenstufen 5, 7 und 9 an insgesamt 14 Ganztagsschulen in Mecklenburg-Vorpommern erhoben worden sind (vgl. Hamf 2007; Prüß et al. 2007). Es werden solche Daten betrachtet, bei denen eine hohe Prävalenz in dieser Altersgruppe wiederzufinden ist bzw. die einen deutlichen Handlungs- oder Entwicklungsbedarf signalisieren.<sup>4</sup> Auf der Grundlage der dargestellten Ergebnisse und bestehender wissenschaftlicher Erkenntnisse sollen im letzten Teil dieses Beitrages Konsequenzen für die Entwicklung einer gesundheitsfördernden Ganztagsschule und die pädagogische Arbeit abgeleitet werden.

### 1. Gesundheitliche Situation der Schüler<sup>5</sup>

Zeigen sich bei der Einschätzung des eigenen Gesundheitszustandes noch verstärkt positive Ergebnisse – nur 4,5 % der Schüler schätzen 2005 und 2007 ihren Gesundheitszustand als eher schlecht ein –, so fallen die Ergebnisse zu den psychosomatischen Gesundheitsbeschwerden (als Teil der psychischen Dimension

der Gesundheit) und zur Schulzufriedenheit (als Teil der sozialen Dimension der Gesundheit) weitaus schlechter aus.<sup>6</sup>

Die *psychosomatischen Gesundheitsbeschwerden* können dabei unterschiedliche Ausprägungen annehmen, die auf der Grundlage einer Faktorenanalyse in drei große Bereiche zusammengefasst werden können:

#### *Faktor 1: Allergien und Atembeschwerden*

Beim ersten Faktor zeigt sich die stärkste Ausprägung bei den Allergien. Mehr als ein Fünftel der Schüler (2005: 22,3 % bzw. 2007: 20,3 %) leidet regelmäßig unter einer Allergie. Im Jahresvergleich kann ein leichter Rückgang des Auftretens von Allergien festgestellt werden.

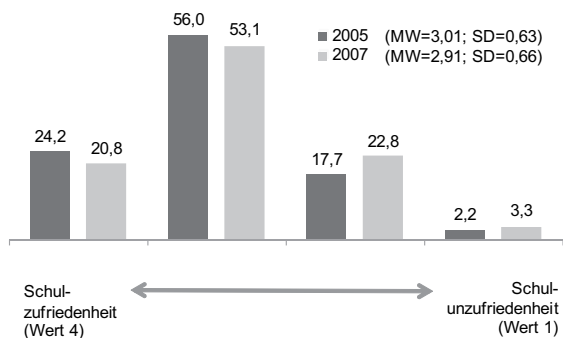
#### *Faktor 2: innere Unruhezustände (Müdigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlaflosigkeit, Nervosität, Schweißausbrüche, starkes Herzklopfen)*

Beim zweiten Faktor sind insbesondere Müdigkeit, Nervosität und Konzentrationsschwierigkeiten zu nennen. Fast die Hälfte der befragten Schüler berichtet, regelmäßig müde zu sein, und etwa jeder vierte, regelmäßig unter Nervosität und/oder Konzentrationsschwierigkeiten zu leiden. Im Jahresvergleich lässt sich bei allen benannten Symptomen eine Verschlechterung feststellen. Die Symptome Schlaflosigkeit, Schweißausbrüche und starkes Herzklopfen treten bei den Heranwachsenden weniger häufig auf.

#### *Faktor 3: manifeste Symptome (Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Rückenschmerzen, Appetitlosigkeit, Schwindelgefühle, Übelkeit)*

Im Rahmen des dritten Faktors weist das Symptom Kopfschmerzen die schlechtesten Werte auf. Bereits jeder dritte Schüler leidet regelmäßig unter Kopfschmerzen. Die Symptome Bauch- und Rückenschmerzen müssen ebenfalls benannt werden. So ist hier bereits jeder vierte Schüler davon betroffen. Auch beim dritten Faktor zeigt sich im Jahresvergleich tendenziell eine negative Entwicklung. Die Symptome Appetitlosigkeit, Schwindelgefühle und Übelkeit treten bei den Heranwachsenden weniger häufig auf.

Abbildung 1:  
Schulzufriedenheit  
der Schüler für  
die Jahre 2005  
(N=1711) und  
2007 (N=1426) in  
Prozent (vgl. Hamf  
2007, 74)





Für alle drei Faktoren gilt: Mädchen leiden häufiger als Jungen an psychosomatischen Gesundheitsbeschwerden, wobei diese Differenz verstärkt für die manifesten Symptome zutrifft.

Neben der psychischen Dimension von Gesundheit soll an dieser Stelle auch die soziale Dimension betrachtet werden. Dafür werden Daten zum Wohlbefinden in der Schule bzw. zur Schulzufriedenheit vorgestellt, da die Schule – und in besonderem Maße die Ganztagsschule – einen zentralen Ort sozialer Beziehungen im Kindes- und Jugendalter darstellt und das Wohlbefinden in der Schule für eine gesundheitsfördernde Ganztagsschule essentiell ist. Die Schulzufriedenheit wurde mit Hilfe einer Skala über sieben Items erfasst ( =.63). Es wurde z.B. danach gefragt, ob die Schüler gern in die Schule gehen, Freude an der Schule haben und sich in der Schule wohlfühlen. Abbildung 1 zeigt, dass etwa ein Viertel bzw. ein Fünftel der Schüler weniger Freude in der Schule hat und sich in der Schule nicht wohlfühlt, wobei im Jahresvergleich eine negative Entwicklung konstatiert werden muss. Nun stellt sich die Frage, wie das Wohlbefinden der Schüler erhöht werden und welchen Beitrag die Ganztagsschule leisten kann. Dafür wurden Zusammenhangsanalysen zwischen dem Wohlbefinden der Schüler (Schulzufriedenheit) und Schulmerkmalen durchgeführt, die nachfolgend vorgestellt werden sollen.

## **2. Gesundheit im Kontext der Ganztagsschule – Zusammenhangsanalysen zwischen Schulmerkmalen und dem Wohlbefinden der Schüler**

Bevor Zusammenhänge zwischen der Gesundheit der Schüler und der Ganztagschule betrachtet werden können, muss geklärt werden, welche Schulmerkmale von besonderem Interesse sind. Dafür wird auf das Konzept der Schulkultur zurückgegriffen, über das die Gesamtheit aller schulischen Prozesse erfasst werden kann und sich durch seine Integrationsleistung verschiedener Aspekte der schulischen Lebenswelt, ihrer Anforderungsstruktur sowie des Schulalltages auszeichnet (vgl. Bilz et al. 2003). Unterschieden werden soll dabei zwischen unterrichtsbezogener und sozial-räumlicher Schulumwelt, wobei auch dem zweiten Bereich – insbesondere in der Ganztagsschule – eine nicht unbedeutende Funktion zuzuschreiben ist.

In Tabelle 1 sind all diejenigen Schulmerkmale aufgelistet, die mit der sozialen Gesundheit (Schulzufriedenheit) und der psychischen Gesundheit (psychosomatische Gesundheitsbeschwerden) mehr oder weniger stark korrelieren.

Betrachtet man nun die Ergebnisse im Einzelnen, zeigt sich, dass die sozial-räumliche Schulumwelt eine sehr große Bedeutung für die soziale und eine große Bedeutung für die psychische Gesundheit hat. Die zwischenmenschlichen Beziehungen (Schüler-Lehrer-Beziehung und Schüler-Schüler-Beziehung in Form eines kooperativen oder abweichenden Verhaltens im Klassenverband) sowie das räumliche Wohlbefinden in der Schule weisen dabei signifikante Korrelationen

zwischen  $r=0.214$  und  $r=0.471$  auf, so dass von einem bedeutsamen Zusammenhang zwischen diesen Schulmerkmalen und der sozialen und psychischen Gesundheit gesprochen werden kann.

Auch die unterrichtsbezogene Schulumwelt ist im Zusammenhang mit der sozialen und teilweise mit der psychischen Gesundheit statistisch bedeutsam, wobei der Unterstützung durch den Lehrer im Unterricht und der effektiven Zeitnutzung im Unterricht eine größere Bedeutung beizumessen ist. Hier bewegen sich die Korrelationen zwischen  $r=0.165$  und  $r=0.268$ , so dass auch hier von einem bedeutsamen Zusammenhang gesprochen werden kann.

Tabelle 1: Zusammenhänge zwischen der Schulkultur und der sozialen und psychischen Gesundheit der Schüler für die Jahre 2005 und 2007 (vgl. Hamf 2007, 101)

	Soziale Gesundheit Korrelationen (r)		Psychische Gesundheit Korrelationen (r)	
	2005	2007	2005	2007
<b>Unterrichtsbezogene Schulumwelt</b>				
Effektive Zeitnutzung im Unterricht	,208(**)	,242(**)	,165(**)	,194(**)
Unterstützung durch den Lehrer im Unterricht	,268(**)	,289(**)	,185(**)	,180(**)
Strukturiertheit im Unterricht	,166(**)	,229(**)	,197(**)	,177(**)
Individuelle Bezugsnormierung	,193(**)	,247(**)	,116(**)	,108(**)
Partizipation im Unterricht	,146(**)	,140(**)	,094(**)	n.s.
<b>Sozial-räumliche Schulumwelt</b>				
Schüler-Lehrer-Beziehung	,471(**)	,423(**)	,203(**)	,249(**)
Kooperatives Verhalten im Klassenverband	,334(**)	,286(**)	,231(**)	,214(**)
Abweichendes Verhalten im Klassenverband	-,238(**)	-,318(**)	-,255(**)	-,286(**)
Wohlbefinden an bestimmten Orten der Schule	,435(**)	,421(**)	,267(**)	,269(**)
Teilnahme am Mittagessen	,155(**)	,195(**)	n.s.	n.s.
Bewegung in der ungebundenen Freizeit	,156(**)	,096(**)	,195(**)	n.s.

\*\* Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.

Die Einschätzungen der benannten Schulmerkmale zeigen jedoch auch, dass sich in diesen Bereichen noch deutliches Entwicklungspotenzial befindet (vgl. Hamf 2007, 95 ff.):

- 42,5 % (2005) bzw. 43,1 % (2007) der Schüler geben an, dass nach ihrer Auffassung in ihrem Unterricht keine oder nur eine geringe effektive Zeitnutzung erfolgt.

- 30,3 % (2005) bzw. 29,7 % (2007) der Schüler geben an, vom Lehrer keine oder nur geringe Unterstützung im Unterricht zu erhalten.
- 24,4 % (2005) bzw. 24,3 % (2007) der Schüler berichten von einer schlechten oder teilweise schlechten Schüler-Lehrer-Beziehung.
- 47,3 % (2005) bzw. 47,5 % (2007) der Schüler geben an, häufig oder sehr oft abweichendes Verhalten der Mitschüler im Klassenverband zu erleben.
- 24,3 % (2005) bzw. 24,5 % (2007) der Schüler geben an, selten oder nie kooperatives Verhalten der Mitschüler im Klassenverband zu erleben.
- 15,2 % (2005) bzw. 16,9 % (2007) der Schüler geben an, sich in den Räumlichkeiten und auf dem Schulgelände ihrer Schule eher oder gar nicht wohlfühlen.

### 3.4 Gesundheitsverhalten der Schüler

Bereits einleitend erwähnt, sollte in einer gesundheitsfördernden Ganztagschule auch das Gesundheitsverhalten der Schüler Berücksichtigung finden.

Vor dem Hintergrund der erhöhten Relevanz der Ernährung in der Ganztagschule – so muss jede Ganztagschule nach der KMK-Definition auch ein Mittagessen für die Ganztagschüler bereitstellen – werden hier primär Ergebnisse zum Ernährungsverhalten und zur Teilnahme am Mittagessen in der Schule vorgestellt. Des Weiteren wird ein Einblick in die Ergebnisse zum Bewegungsverhalten und Substanzmittelkonsum gegeben.

Das *Ernährungsverhalten* ist von vielfältigen Bedingungskonstellationen geprägt. So können z.B. der Gewichtsstatus, Ernährungsgewohnheiten, Diäten und die Wahrnehmung des eigenen Körpers im Kontext des Ernährungsverhaltens betrachtet werden (vgl. Zubrägel/Settertobulte 2003, 159). Im Rahmen der vorliegenden Untersuchung wurden die Ernährungsgewohnheiten der Schüler im Hinblick auf die tägliche Nahrungsmittelauswahl erfasst. Dabei zeigt sich, dass die meisten Schüler mehr gesunde Nahrungsmittel (Obst, Gemüse, Reis, Nudeln, Wasser, Milch, Tee) als ungesunde Nahrungsmittel (Süßigkeiten, Cola, Chips, Pommes, Kaffee) zu sich nehmen: 98,2 % bzw. 98,5 % der Schüler berichten, die gesunden Nahrungsmittel manchmal in der Woche oder täglich zu essen. Dagegen geben 54,1 % bzw. 53,7 % der Schüler an, die ungesunden Nahrungsmittel manchmal in der Woche oder täglich zu konsumieren, wobei sich die Mädchen tendenziell gesünder ernähren als die Jungen. Im Detail kann festgestellt werden, dass mehr als 20 % der Schüler täglich Süßigkeiten essen und über 10 % der Schüler nie Gemüse und Salat zu sich nehmen. Eine zu kalorienreiche und zu vitaminarme Ernährung kann damit bei mindestens 10 % der Schüler nicht ausgeschlossen werden. Durch ein gesundes, vollwertiges Frühstück und Mittagessen in der Schule könnte auch diese Gruppe erreicht werden. Ein Blick auf die Teilnahmefrequenz am Mittagessen in den befragten Ganztagschulen erlaubt jedoch die Annahme, dass diese Chance bisher nur bedingt genutzt wird: nur etwa zwei Drittel der Schüler (61,5 % bzw.

64,1 %) gibt an, am Mittagessen in der Schule teilzunehmen. Die anderen nehmen dieses Angebot nicht in Anspruch.

Das *Bewegungsverhalten* und -interesse ist im Kindes- und Jugendalter stark ausgeprägt: über drei Viertel der Schüler (78,6 % bzw. 76,5 %) berichtet, regelmäßig Sport zu treiben – sei es im formellen oder informellen Rahmen. Bewegung und Sport stellen eine wichtige Gesundheitsressource dar, die besonders durch Bewegungsangebote in der Ganztagsschule gestärkt werden kann und sollte.

Abschließend noch einige Worte zum *Substanzmittelkonsum*: auch wenn die meisten Schüler nie illegale Drogen nehmen (95,1 % bzw. 93,0 %), Alkohol trinken (80,1 % bzw. 79,0 %) oder Zigaretten rauchen (76,2 % bzw. 77,7 %), gibt es in allen Bereichen Schüler, die unregelmäßig oder regelmäßig diese Genussmittel konsumieren. Hervorzuheben sei an dieser Stelle der tägliche Tabak-Konsum: 12,2 % bzw. 9,1 % der Schüler geben an, täglich Zigaretten zu rauchen. In der 9. Klassenstufe sind es sogar ein Viertel der Schüler, so dass trotz des großen Anteils der Nicht-Konsumenten in diesem Bereich deutlicher Handlungsbedarf besteht, der auch Gegenstand der Ganztagsschule sein sollte.

#### 4. Konsequenzen für die Entwicklung einer gesundheitsfördernden Ganztagsschule und für die pädagogische Arbeit

##### 4.1 Schulkultur

Die festgestellten Korrelationen lassen ein Nachdenken darüber zu, dass Ganztagschulen bestimmte Bedingungen schaffen können, die die Gesundheitsförderung positiv beeinflussen. Dieses betrifft einmal (wobei hier weiterführende Untersuchungen und Langzeitstudien unerlässlich sind) die Ganztagsschulform und dann die Maßnahmen zur Entwicklung der Schulzufriedenheit bzw. des Wohlbefindens in der Schule.

Die Chancen für die Gesundheitsförderung in der Ganztagsschule scheinen – bezogen auf *alle* Schüler einer Schule – in der teilweise gebundenen und in der voll gebundenen Ganztagsschule höher zu sein als in der offenen. Idealerweise nehmen in der voll gebundenen Ganztagsschule alle Schüler an allen Schulwochentagen am Ganztagsschulbetrieb teil. Dadurch können frühzeitig einerseits alle Schüler einbezogen und andererseits kann dann die nach Gesundheitsaspekten gestaltete Schule von allen Schülern genutzt werden. Gesundheitsfördernde Gewohnheiten können so zielstrebig und immanent ausgebildet werden, so dass die Schüler, wenn sie ein entsprechendes Angebot nutzen können, die gewünschten Verhaltensweisen ausbilden und einüben. Die positiven schulischen Bedingungen können so in einem Langzeitprozess gesundheitsfördernd wirken. Regelmäßigkeit und Wechsel der Tätigkeiten scheinen dabei von besonderer Bedeutung zu sein.

Wenn vor allem in der Zeit von 2005 bis 2007 eine Zunahme der inneren Unruhezustände (Müdigkeit, Nervosität, Konzentrationsschwierigkeiten) festgestellt werden konnte, ergibt sich eine Konsequenz für Überlegungen zur Tages- und Wochengestaltung sowie zur Raumnutzung und aktiven -gestaltung, damit An- und Entspannung und in diesem Sinne die Art der Aufgabenstellung und der Tätigkeiten im Tagesrhythmus besser der Gesundheitsförderung entsprechen. Solche Möglichkeiten sind dann natürlich in den gebundenen Ganztagschulformen eher gegeben und müssen dort auch bewusst unter gesundheitsfördernden Gesichtspunkten genutzt werden.

Dass das Schulklima und die Schulkultur auch auf die psychische und die soziale Gesundheit Auswirkungen haben, konnte an ausgewählten Aspekten nachgewiesen werden. Die Schulzufriedenheit zeigt einen besonderen Zusammenhang zur sozial-räumlichen Schulumwelt und dabei besonders zu den Schüler-Lehrer-Beziehungen. Diese sind (hier wird bewusst auf die Schüler-Lehrer-Beziehungen verwiesen, da die Beziehungen der Lehrer zu den Schülern von Lehrern immer positiver eingeschätzt als diese von den Schülern beurteilt werden) ein Gradmesser für das Wohlbefinden der Schüler in der Schule. Für die Tätigkeit der Lehrer bedeutet das, je besser sie auf Schüler eingehen können und diese sich individuell angesprochen und gefordert fühlen, sie auch die Achtung und Anerkennung der Schüler genießen und das Wohlbefinden positiv beeinflussen. Für die Unterrichtsgestaltung ist das in besonderem Maße eine hohe Herausforderung. Schüler erwarten einerseits eine effektive Zeitznutzung und andererseits aber auch ein individuelles Eingehen auf den Einzelnen, wobei es dann auch gelingen muss, das kooperative Verhalten im Klassenverband zu fördern.

Die Lehrer-Schüler-Beziehungen haben auf die Gesundheitsförderung der Schüler maßgeblichen Einfluss. Deshalb sollte von den Lehrern eine viel stärkere Feedbackkultur im Unterricht und im Schulalltag gepflegt werden. Indem miteinander ausgetauscht wird, was den Lernprozess befördert bzw. behindert, welche Hilfe und Unterstützung notwendig, gewünscht oder gewollt wird, was stört und das Lernen beeinträchtigt, was man voneinander erwartet, wie man Leistungen und Verhalten einschätzt, was man am anderen besonders schätzt und mag und was Unzufriedenheit erzeugt, kann eine neue Beziehungskultur der Achtung und Anerkennung zueinander entwickelt werden. Die intakten sozialen Beziehungen, die achtungsvollen Rückmeldungen und Impulse der Lehrer zur Entwicklungsförderung des Einzelnen, die Nutzung gruppenpädagogischer Elemente und die verstärkte Partizipation von Schülern im Schulgeschehen beeinflussen maßgeblich das Wohlbefinden und damit die Gesundheit der Schüler. Durch diese Offenheit, Sachlichkeit und Wertschätzung des Anderen, wenn dieses vor allem im Klassenverband und in Lerngruppen erfolgt, wird auch an der Herausbildung einer positiven „öffentlichen“ Meinung<sup>7</sup> gearbeitet werden können. Durch die stärkere Beachtung der unterrichtsbezogenen und der sozial-räumlichen Schulumwelt kann in besonderem Maße die Gesundheitsförderung aller Schüler realisiert werden.

## 4.2 Zeitbudgetierung

Die zeitliche Verlängerung des Schultages in der gebundenen Ganztagsschule ermöglicht es, Phasen der An- und Entspannung, Ruhe und Bewegung, Konzentration und Zerstreuung sowie formelle und informelle Zeiten in den Schultag zu integrieren (vgl. Holtappels 1994; Appel 2005; Burk 2006). Hierdurch können die bipolaren Bedürfnisse und die physiologische Leistungskurve (Biorhythmus) der Schüler berücksichtigt und damit die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit gesteigert und der bei vielen Schülern vorhandenen Müdigkeit entgegengewirkt werden. Zu differenzieren ist der äußere Takt und die Rhythmisierung, die beim gesundheitsfördernden Lehren und Lernen zum Tragen kommen. Der äußere Takt meint die „schuleinheitlich festgelegte zeitliche Strukturierung“ (Burk 2006, 96). Einer gesundheitsfördernden Ganztagsschule gerecht zu werden, bedeutet in diesem Zusammenhang die Abstimmung der zeitlichen Strukturierung mit den Bedürfnissen der Schüler und Lehrer. *Offener Anfang:* Eine individuell verfügbare (Lern-)Zeit zwischen dem Schul- und Unterrichtsbeginn ermöglicht den Schülern, sich auf den Unterricht einzustimmen, ein Frühstück nachzuholen, sich mit Mitschülern auszutauschen und eventuellen Startschwierigkeiten entgegenzuwirken. *Flexible Lernrhythmen:* Statt des klassischen 45-Minuten-Takts sind in der Ganztagsschule flexible Lernrhythmen (z.B. 90-Minuten-Block) erforderlich und möglich. Sie sind eine Grundvoraussetzung für ein gesundheitsförderndes Lehren und Lernen und ermöglichen die Integration von Aktivitäts- und Erholungsphasen während eines Unterrichtsblocks. *Pausengestaltung:* Die Pausengestaltung beinhaltet zum einen die Gestaltung der Mittagspause, zum anderen aber auch die Gestaltung der Pausen zwischen den einzelnen Lerneinheiten. Existieren flexible Lernrhythmen mit integrierten Aktivitäts- und Erholungsphasen, reichen wenige Minuten zwischen den einzelnen Blöcken aus. Lässt der Unterricht solche Sequenzen nicht zu, sollte den Schülern zwischen den Blöcken genug Zeit zur Regeneration eingeräumt werden. *Positionierung der einzelnen Lerneinheiten:* Die gebundene Ganztagsschule ermöglicht es, die Reihenfolge der Unterrichtsfächer und Ganztagsangebote an die Leistungskurve der Schüler anzupassen. Unterrichtsfächer, individuell verfügbare (Lern-) Zeiten, Freizeitangebote und Pausen werden so kombiniert, dass die Schüler während ihres Leistungshochs (etwa zwischen 8 und 12 Uhr) kognitiv gefordert werden und während ihres Leistungstiefs (etwa gegen 14 Uhr) durch Pausen und Freizeitangebote Erholung und Entspannung finden oder körperlich aktiv sein können.

## 4.3 Lehren und Lernen

Der in den Erhebungen nachgewiesene Zusammenhang zwischen der unterrichtsbezogenen Schulumwelt und der sozialen und psychischen Gesundheit der Schüler hebt die Bedeutung der Schulkultur und hierbei insbesondere einer Unterrichts-

mosphäre hervor, in der sich der Schüler individuell wahrgenommen, gefordert und gefördert sieht. Die Ganztagschule kann und soll diesem Aspekt stärker Rechnung tragen als die traditionelle Halbtagschule, indem unter anderem durch veränderte räumliche und zeitliche Strukturen Bedingungen geschaffen werden, die die Entwicklung einer neuen Schulkultur zur Folge haben (vgl. KMK 2002, 7). Die Einschätzungen der Schüler hinsichtlich der unterrichtsbezogenen Schulumwelt werfen aber auch die Frage auf, in welchem Maße sich diese Strukturen bereits an den Ganztagschulen entwickelt haben und – insofern sie bereits bestehen – sich diese letztlich auf die Gestaltung eines veränderten Unterrichts auswirken. Ganztagschulen, die diese räumlichen und zeitlichen Strukturen geschaffen haben, verfügen zwar über bessere Voraussetzungen für eine veränderte Unterrichtsgestaltung – ausschlaggebend für eine letztlich höhere Unterrichtsqualität ist jedoch die Frage der Nutzung dieser Voraussetzungen innerhalb des Unterrichts. Hierbei kommt der Lehrkraft eine besondere Rolle zu: Ihr muss es gelingen, die innerhalb eines längeren Zeitblockes mehr zur Verfügung stehende Zeit so zu gestalten, dass die Schüler sowohl aktiver als auch individueller in die Auseinandersetzung mit der Unterrichtsthematik einbezogen werden – und dieses über die gesamte Zeiteinheit. Der angemessene Wechsel von Unterrichtsmethoden kann dabei aus mehrfacher Sicht einen positiven Einfluss auf die Schulmerkmale nehmen, die von den Schülern kritisch benannt wurden (vgl. Kap. 2): So können durch den Wechsel von frontaler, Partner- und Gruppenarbeit unter Berücksichtigung des individuellen Leistungsniveaus entsprechende Aufgabenstellungen gegeben werden, so dass die Schüler stärker die Rolle des eigenen Gestalters ihrer Lernprozesse und damit eine größere Verantwortung für sich selbst und ihre Gruppe übernehmen können. Das gemeinsame Bearbeiten einer gruppenspezifischen Aufgabenstellung lässt die Gruppe zum aktiven Mitgestalter der Unterrichtsprozesse werden, stärkt ihre Rolle innerhalb des Unterrichts und damit auch gegenüber der Lehrkraft, die ihrerseits einen Wechsel vom belehrenden Leiter zum unterstützenden Berater erfährt. Das gemeinsame Arbeiten in der Gruppe befördert das kooperative Verhalten der Schüler untereinander, wirkt sich positiv auf die gegenseitige Anerkennung aus und kann somit zu einer Verringerung abweichenden Verhaltens zwischen den Schülern führen. Die Schüler haben ihrerseits in einem größeren Maße die Möglichkeit, ihre individuellen Stärken, ihre Erfahrungen, Kenntnisse und Fähigkeiten in die Gruppe einzubringen, wobei sie lernen müssen, die zur Verfügung stehende Zeit selbst effektiv zu nutzen. Um die angestrebten Ziele zu erreichen, ist neben der Berücksichtigung der Zeit auch die Auswahl der zur Verfügung stehenden materiellen und räumlichen Gegebenheiten von Bedeutung. Mit der Auflösung des Klassenverbandes zugunsten von Kleingruppen geht daher die Bereitstellung der für die Kleingruppenarbeit erforderlichen Räumlichkeiten ebenso einher wie die Sicherstellung ausreichender und vielfältiger, dem unterschiedlichen Anforderungsniveau der Schüler entsprechende Lehr- und Lernmittel.

#### 4.4 Gesunde Ernährung und Schulverpflegung

Da sich das Ernährungsverhalten bereits im Kindes- und Jugendalter manifestiert und die angeeigneten Ernährungsmuster meist bis ins hohe Alter bestehen bleiben, sollte eine frühzeitige, handlungsorientierte Vermittlung von Ernährungswissen und -verhalten auch als eine wichtige Aufgabe der Ganztagsschule verstanden werden. Zumal eine unausgewogene und unzureichende Ernährung Einschränkungen in der schulischen Leistungsfähigkeit, Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten sowie psychische und physische Belastungen hervorrufen können (vgl. Heseker/Beer 2004, 240 f.). Die dargestellten Ergebnisse zur Gesundheit zeigen, dass genau diese Beeinträchtigungen bereits im Kindes- und Jugendalter eine hohe Bedeutung haben. Die Merkmale der gesundheitsfördernden Ganztagsschule (vgl. Prüß et al. 2009, 181 f.) bieten beste Chancen, Einfluss auf die Ernährungs- und Esssozialisation der Schüler zu nehmen und dabei die Verhaltens- und Verhältnisprävention<sup>8</sup> zu verknüpfen. Dabei geht es nicht nur darum, die Schüler in der Ganztagsschule zu sättigen, sondern ihnen umfangreiches Wissen über die Ernährung und die Lebensmittel sowie den bewussten und praktischen Umgang damit zu vermitteln. Dieses ist einerseits dadurch realisierbar, Ernährung als übergreifendes Thema im Unterricht und in außerunterrichtlichen Angeboten (z.B. Projekten, Arbeitsgemeinschaften) zu behandeln. Andererseits gilt es, den Schülern eine gesunde Ernährung praktisch zu ermöglichen, indem die Schulverpflegung nach den *Prinzipien* einer bedarfsgerechten vollwertigen Ernährung gestaltet wird. Hierzu zählen: Abwechslung und Vielfalt der Lebensmittel; fettarme und ballaststoffreiche Kost; reichhaltiges Angebot an Obst und Gemüse sowie an fettarmen Milchprodukten; angemessenes Angebot an magerem Fleisch, Fisch und Ei; schmackhafte und schonende Zubereitung sowie reichhaltiges (zuckerarmes) Getränkeangebot (vgl. Forschungsinstitut für Kinderernährung 2002; DGE 2007). Mit der Umsetzung der von der DGE herausgegebenen Qualitätsstandards für die Schulverpflegung (DGE 2007) können die benannten Prinzipien in vollem Maße realisiert werden. Diese Prinzipien reichen jedoch nicht aus, die Schulverpflegung für alle Schüler „schmackhaft“ zu machen. So haben die Forschungsergebnisse auch gezeigt, dass nicht alle Ganztagsschüler das Verpflegungsangebot der Schule in Anspruch nehmen. Für die Akzeptanz der Schulspeisung sind daher weitere Faktoren relevant. *Gemeinschaftlichkeit*: Gemeinsames Essen in der Schule ermöglicht zum einen die Entwicklung einer Esskultur<sup>9</sup>, die für viele Schüler im familiären Kontext keine Selbstverständlichkeit mehr darstellt. Zum anderen kann hierdurch der Einfluss der Peergruppe auf das Essverhalten (vgl. Heseker/Beer 2004, 240) positiv genutzt werden. *Schülerpartizipation*: Die Partizipation ist ein übergreifendes Merkmal der Gesundheitsförderung und wird im Bereich der Ernährung durch die Berücksichtigung von Essenvorlieben der Schüler (vgl. Forschungsinstitut für Kinderernährung 2002) sowie durch die aktive Einbindung der Schüler in die Essensplanung und -gestaltung realisiert.



Existiert in der Schule ein Arbeitskreis „Schulverpflegung“, sollten auch hier die Schüler als gleichwertige Partner eingebunden werden. *Raumgestaltung*: Das räumliche Wohlbefinden nimmt starken Einfluss auf das Schulleben. Eine saubere und schülergerechte Mensa (Essensraum) mit ausreichend viel Platz und einer ruhigen Atmosphäre trägt wesentlich dazu bei. *Zeit- und Pausengestaltung*: Die Mischung der Essenszeit mit attraktiven Pausen-, Freizeit- und Lernangeboten führen zu Ablenkungen und Störungen der Körperwahrnehmung. Daher sollte neben dem richtigen Zeitpunkt der Schulverpflegung auch darauf geachtet werden, dass es in diesem Zeitraum zu keinen Überschneidungen mit anderen Ganztagsangeboten kommt. *Sozialverträgliche Stafflung*: Eine gesunde Schulverpflegung ist oftmals mit höheren Kosten verbunden, die ein Teil der Schüler bzw. Erziehungsberechtigten nicht aufbringen kann. Daher ist es erforderlich, mit dem Schulträger Lösungen zu finden, allen Schülern die Teilnahme zu ermöglichen.

#### 4.5 Vernetzung

Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Untersuchung haben gezeigt, dass an Schulen sehr wohl ein Bedarf an Erziehung zu einer gesunden Lebensweise besteht und dass die Erreichung einer gesunden Lebensweise von vielen Faktoren abhängt. Hier stellt sich nun die Frage, ob eine Ganztagsschule alle Bereiche zur Umsetzung einer gesunden Lebensweise an der Schule selbst gestalten muss und kann. Einerseits lässt sich festhalten, dass die Organisation tatsächlich von der Ganztagsschule übernommen werden muss, denn nur sie kennt ihren Bedarf – der zunächst unter anderem durch interne Evaluationen ermittelt werden muss – und kann somit am effektivsten planen. Jedoch kann sie sich andererseits hinsichtlich der inhaltlichen Umsetzung bestimmter Bereiche Unterstützung von außerschulischen Partnern einholen.

Abbildung 2 soll die Möglichkeiten der Vernetzung verdeutlichen. Dabei muss betont werden, dass im Hinblick auf die Erziehung zu einer gesunden Lebensweise in erster Linie die Schüler die Adressaten sind. Aber auch das schulische Wohlbefinden der Lehrkräfte spielt eine außerordentlich wichtige Rolle für ein insgesamt positives Schulklima, so dass auch hier gesundheitsfördernde Aspekte Berücksichtigung finden müssen.

Alles in allem ist eine (Ganztags-)Schule idealerweise völlig in die Region eingebunden. „Regionale Bildungslandschaften“ (vgl. Solzbacher/Minderop 2006; Projektleitung „Selbstständige Schule“ 2008; Prüß et al. 2008 u.a.) können in vielerlei Hinsicht die Vernetzung erleichtern, denn Vernetzung meint mit Hilfe der unterschiedlichsten Erziehungs- und Bildungspartnerschaften dann nicht mehr nur: „Was kann die Region mit ihren Gegebenheiten für die Schule leisten?“, sondern auch: „Was kann die Schule für den Sozialraum, in den sie eingebettet ist, leisten?“

Abbildung 2: Vernetzungsbereiche



### Anmerkungen

- 1 Dieser Beitrag baut auf den im Jahrbuch Ganztagsschule 2009 veröffentlichten Beitrag zur Gesundheitsfördernden Ganztagsschule (Prüß et al. 2009, 178-188) auf, der theoretische Grundlagen zur Gesundheitsfördernden Ganztagsschule skizziert.
- 2 Health Behaviour in School-aged Children (vgl. [www.hbsc-germany.de](http://www.hbsc-germany.de))
- 3 Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (vgl. [www.kiggs.de](http://www.kiggs.de))
- 4 Ähnliche Tendenzen konnten bereits 2000 in einem Forschungsprojekt zur Entwicklung der Kooperation von Jugendhilfe und Schule in Mecklenburg-Vorpommern festgestellt werden, in dem Schüler der Klassenstufen 5 bis 10 allgemein bildender Schulen in M-V befragt worden sind (vgl. Prüß et al. 2000).
- 5 Um die Schreibweise zu vereinfachen, wurde die männliche Form gewählt. Damit ist aber zugleich auch die weibliche gemeint.

- 6 Seit der WHO-Definition von 1946 wird Gesundheit nicht mehr nur als Abwesenheit von Krankheiten, sondern als ein multidimensionales Konstrukt verstanden, das alle Lebensbereiche – und damit das körperliche, psychische und soziale Wohlbefinden – berücksichtigt (vgl. z.B. Hurrelmann 2000; Hamf 2007).
- 7 Als „öffentliche“ Meinung ist die nach Diskussionen und Gesprächen entstandene und von der Mehrheit getragene Auffassung, Meinung oder Haltung der Schüler zu wichtigen Schlüsselfragen.
- 8 Unter Verhaltensprävention ist die Verbesserung gesundheitsrelevanter Lebensweisen und unter Verhältnisprävention die Verbesserung gesundheitsrelevanter Lebensbedingungen zu verstehen (vgl. Kaba-Schönstein 1996, 43).
- 9 Esskultur kann dabei verstanden werden als „eines der äußeren Zeichen für das innere Selbstverständnis eines Menschen und seine Bereitschaft, Konventionen im Sinne von Spielregeln für das Zusammenleben der Menschen anzuerkennen“ (Appel 2005, 259).
- 10 Vgl. Appel 2005, 265 ff.

## Literatur

- Appel, Stefan 2005: Handbuch Ganztagsschule. Praxis, Konzepte, Handreichungen. Schwalbach/Ts.
- Bilz, Ludwig/Hähne, Cornelia/Melzer, Wolfgang 2003: Die Lebenswelt Schule und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit von Jugendlichen. In: Klaus Hurrelmann/Andreas Klocke/Wolfgang Melzer/Ulrike Ravens-Sieberer (Hrsg.): Jugendgesundheitsurvey. Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO. Weinheim, S. 243-299.
- Burk, Karlheinz 2006: Mehr Zeit in der Schule – der Rhythmus macht's. In: Katrin Höhmann/Heinz Günter Holtapps (Hrsg.): Ganztagsschule gestalten. Konzeption – Praxis – Impulse. Stuttgart, S. 92-105.
- Currie, Candance/Roberts, Chris/Morgan, Antony/Smith, Rebecca/Settortobulte, Wolfgang/Samdal, Oddrun/Barnekow Rasmussen, V. (eds.) 2004: Young people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. Health Policy for Children and Adolescents, No. 4. Copenhagen.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) (Hrsg.) 2007: Qualitätsstandards für die Schulverpflegung. Bonn.
- Forschungsinstitut für Kinderernährung 2002: Optimix. Empfehlungen für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen. Bonn.
- Hamf, Janina 2007: Die Möglichkeit und Notwendigkeit der Gesundheitsförderung in der Ganztagsschule. Magisterarbeit. Universität Greifswald.
- Heseker, Helmut/Beer, Sigrid 2004: Ernährung und ernährungsbezogener Unterricht in der Schule. Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 47, S. 240-245.
- Holtapps, Hans Günter 1994: Ganztagsschule und Schulöffnung – Perspektiven für die Schulentwicklung. Weinheim.
- Hurrelmann, Klaus 2000: Gesundheitssoziologie. Eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung. Weinheim.
- Hurrelmann, Klaus/Klocke, Andreas/Melzer, Wolfgang/Ravens-Sieberer, Ulrike (Hrsg.) 2003: Jugendgesundheitsurvey. Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO. Weinheim.
- Kaba-Schönstein, Lotte 1996: Gesundheitsförderung I-V. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.): Leitbegriffe der Gesundheitsförderung: Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden in der Gesundheitsförderung. Schwabenheim a.d. Selz, S. 39-53.

- Kultusministerkonferenz (KMK) (Hrsg.) 2002: PISA 2000 – Zentrale Handlungsfelder. Zusammenfassende Darstellung der laufenden und geplanten Maßnahmen in den Ländern. Berlin.
- Kurth, Bärbel-Maria 2007: Der Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS): Ein Überblick über Planung, Durchführung und Ergebnisse unter Berücksichtigung von Aspekten eines Qualitätsmanagements. Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 50, S. 533-546.
- Langness, Anja/Leven, Ingo/Hurrelmann, Klaus 2006: Jugendliche Lebenswelten: Familie, Schule Freizeit. In: Shell Deutschland Holding (Hrsg.): Jugend 2006: eine pragmatische Generation unter Druck. Frankfurt/M., S. 49-102.
- Paulus, Peter 1995: Die gesundheitsfördernde Schule. Der innovativste Ansatz gesundheitsbezogener Interventionen in Schulen. Die deutsche Schule, 8, S. 262-281.
- Pinquart, Martin/Silbereisen, Rainer K. 2002: Gesundheitsverhalten im Kindes- und Jugendalter. Entwicklungspsychologische Erklärungsansätze. Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 45, S. 873-878.
- Projektleitung „Selbstständige Schule“ (Hrsg.) 2008: Selbstständige Schule in regionalen Bildungslandschaften – Eine Bilanz. Troisdorf.
- Prüß, Franz/Bettmer, Franz/Hartnuß, Birger/Maykus, Stephan 2000: Entwicklung der Kooperation von Jugendhilfe und Schule in Mecklenburg-Vorpommern. Forschungsbericht. Greifswald.
- Prüß, Franz/Henze, Matthias/Kortas, Susanne/Schöpa, Matthias 2007: Die selbstständigere Ganztagsschule. Wissenschaftliche Begleitung zur „Entwicklung von Ganztagsschulen in Mecklenburg-Vorpommern unter Berücksichtigung des Organisationsaspekts „Mehr Selbstständigkeit für Schulen“. Forschungsbericht. Greifswald. Unveröffentlicht.
- Prüß, Franz/Kortas, Susanne/Schöpa, Matthias (Hrsg.) 2008: Die Ganztagsschule: von der Theorie zur Praxis. Weinheim.
- Prüß, Franz/Hamf, Janina/Kortas, Susanne/Schöpa, Matthias 2009: Gesundheitsfördernde Ganztagsschule. In: Stefan Appel, Harald Ludwig, Ulrich Rother/Georg Rutz (Hrsg.): Jahrbuch Ganztagsschule 2009. Leben – Lernen – Leisten. Schwalbach/Ts., S. 178-188.
- Ravens-Sieberer, Ulrike/Thomas, Christine/Erhart, Michael 2003: Körperliche, psychische und soziale Gesundheit von Jugendlichen. In: K. Hurrelmann/A. Klocke/W. Melzer/U. Ravens-Sieberer (Hrsg.): Jugendgesundheitsurvey. Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHH. Weinheim, S. 19-98.
- Richter, Matthias/Hurrelmann, Klaus/Klocke, Andreas/Melzer, Wolfgang/Ravens-Sieberer, Ulrike (Hrsg.) 2008: Gesundheit, Ungleichheit und jugendliche Lebenswelten. Weinheim.
- Solzbacher, Claudia/Minderop, Dorothea 2006: Bildungsnetzwerke und Regionale Bildungslandschaften. München.
- Syusch, Ralf 2006: Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen – ein Beitrag für die Gesundheit? Spectrum der Sportwissenschaften (ÖSG), 18 (01), S. 54-73.
- Zubärgel, Sabine/Settertobulte, Wolfgang 2003: Körpermasse und Ernährungsverhalten von Jugendlichen. In: Klaus Hurrelmann, Andreas Klocke, Wolfgang Melzer/Ulrike Ravens-Sieberer (Hrsg.): Jugendgesundheitsurvey. Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO. Weinheim, S. 158-182.
- www.hbsc-germany.de
- www.kiggs.de